



THIMI TIMES WEEKLY

# थिमी टाइम्स

साप्ताहिक



Scan &amp; Watch Yor Mobile

वर्ष १८ अङ्क ३० ने.सं. ११४५ चिल्लागा द्वादशी चैत्र १३ गते बुधबार, २०८१ 25 March 2025, Wednesday पृष्ठ ८ मूल्य रु १०/-

## कुलमानको बहिर्गमनमा नेताहरुको दोहोरा चरित्र विरोधका लागि मात्र विरोध !

काठमाडौं । अहिले नेपाली कांग्रेस र नेकपा एमालेसहितको ठूला दलको दुई तिहाईको सरकार कायम छ । शक्तिशाली सरकार भएपनि आम नागरिकका असन्तुष्टिलाई सम्बोधन गर्न नसकेको र आम नागरिकमा सरकार प्रतिको असन्तुष्टि बढ्दै गएको समयमा सरकार जनताका चाहना विपरित एक पछि अर्को जनभावना विरोधी कार्य गर्न लागिपरेको छ । अहिले नेपाली जनताले अत्याधिक रुचाइएका र जनमानसमा उज्यालोका नायकको रुपमा छवी बनाउन सफल नेपाल विद्युत् प्राधिकरणका कार्यकारी निर्देशकबाट कुलमान घिसिङलाई हटाएपछि कांग्रेस-एमाले गठबन्धन सरकार बिचौलियाले चलाएको पुष्टि भएको आमबुझाइ छ ।

सामान्यतया वसेको मन्त्रिपरिषद् बैठकले विद्युत् प्राधिकरण प्रमुखबाट घिसिङलाई हटाएर हितेन्द्रदेव शाक्यलाई नियुक्त गरेको थियो ।



कांग्रेसका तर्फबाट ऊर्जामन्त्री रहेका दीपक खड्काको पटक-पटकको प्रयासपछि, सरकारबाट उक्त निर्णय गराउन ऊर्जा मन्त्री यस अघि पनि पटक पटक कुलमानलाई हटाउन प्रयास गरेका थिए, तर सफल हुन सकेको थिएन । अन्ततः उनले मन्त्री परिषद्को निर्णयबाट हटाउन

सफल भएकोमा यस निर्णय प्रति आम नागरिक तथा स्वयं सत्ता पक्षकै सासदहरु सामाजिक सञ्जाल मार्फत आपत्ति जनाउँदै सरकारको चर्को आलोचना गरेका छन् ।

विश्वव्यापी रुपमा संसदीय मान्यताविपरीत एकसाथ सत्ताको भन्दा उक्लएका कांग्रेस-एमाले सरकारप्रति सुरुदेखि नै

आम जनसमुदायमा असन्तुष्टि व्यक्त हुँदै आएको थियो । अहिले घिसिङलाई हटाउने निर्णयपछि सरकार भन्नु चौतर्फी घेराबन्दीमै परेको छ । त्यो पनि केही समय पछि अर्थात् ३ महिना पछि पदावधि सकिन लागेका प्राधिकरणका निर्देशकलाई हटाउन मरिहते गर्नु ऊर्जा मन्त्री र सरकारकै लासगसमेत लज्जाको विषय रहेको राजनीतिक विश्लेषकहरुको छ ।

आफ्नै कार्यसम्पादन मूल्यांकनमा 'आफै फेल' भएको सरकारले 'शतप्रतिशत अंक ल्याउने' घिसिङलाई हटाएर 'जनआक्रोशको आगोमा घुँस थप्ने काम' गरेको देखिन्छ । सरकारको यो कदमपछि अहिले सर्वत्र विरोध भइरहेको छ । यसको सत्तापक्षका नेता, कार्यकर्ता, कलाकार, पत्रकार, नागरिक आगुवादेखि सर्वसाधारणसम्म सरकारप्रति आक्रोशित छन् । यो आक्रोश

बाँकी पेज ७ मा

## भाषा संरक्षणमा सरकारसँगै नेवार समुदाय सक्रिय हुनुपर्ने



काठमाडौं । नेपाल भाषाको संरक्षण र प्रवर्द्धनमा सरकारहरुलाई भक्तपुराउँदै नेवार समुदायहरु सक्रिय हुनुपर्नेमा नेपाल भाषा प्रवर्द्धन कार्यक्रमका सहभागीहरुले जोड दिएका छन् । बागमती प्रदेश सरकारले

तामाङसँगै नेपाल भाषालाई सरकारी कामकाजको भाषाको रुपमा कार्यान्वयन गरिरहेकोले नेवार समुदाय जागरुक हुन आग्रह गरिएको हो ।

बागमती प्रदेशको संस्कृति तथा पर्यटन मन्त्रालय

अन्तरगतको पर्यटन कार्यालय काठमाडौं र नेपाल भाषा एकेडेमीको संयुक्त आयोजनामा हेटौँडामा शनिबार कार्यक्रम भएको थियो । कार्यक्रममा नेपाल भाषा एकेडेमीले नेपाल भाषालाई बागमती प्रदेश सरकारले कामकाजको भाषा घोषणा गरेको सन्दर्भमा भाषिक जागरण अभिमुखीकरणका लागि आधारपत्र प्रस्तुत गरेको थियो ।

कार्यक्रम हेटौँडा उपमहानगरपालिका २ का वडा अध्यक्ष विष्णुगोपाल महर्जनको प्रमुख आतिथ्य तथा भाषा

बाँकी पेज ७ मा

## मध्यपुर थिमी नगरपालिका देशकै उत्कृष्ट नगरपालिका पुरस्कारबाट सम्मानित



भक्तपुर । मध्यपुर थिमी नगरपालिका आर्थिक वर्ष २०८०/८१ मा वातावरण,

संस्कृति र पर्यटन क्षेत्रमा मुलुककै उत्कृष्ट नगरपालिका पुरस्कार २०८१ बाट सम्मानित

हुन सफल भएको छ । नेपाल नगरपालिका संघको ३२ औं स्थापना दिवसको उपलक्ष्यमा प्रधानमन्त्री के.पि. शर्मा ओलीले मध्यपुर थिमी नगरपालिकाले वातावरण, संस्कृति र पर्यटन क्षेत्रमा उल्लेख्य कार्य सम्पादन गरेको र सोको उच्च मूल्यांकन गर्दै नेपाल नगरपालिका संघले मुलुककै उत्कृष्ट नगरपालिका पुरस्कार २०८१ द्वारा सम्मान गरेको हो ।

मध्यपुर थिमी नगरपालिकाले संस्कृति, सम्पदा संरक्षण गर्दै

बाँकी पेज ७ मा

## समाजलाई निःस्वार्थपूर्वक सेवा गर्ने नयाँ पुस्ता तयार गर्नु कलेजहरुको उद्देश्य हुनुपर्ने



भक्तपुर । ख्वप माध्यमिक विद्यालय, ख्वप कलेज, शारदा क्याम्पस मा.वि. र ख्वप कलेज अफ ल मा कार्यरत शिक्षक तथा कर्मचारीहरुको भेला सोमबार सम्पन्न भयो । अन्तर्राष्ट्रिय श्रमिक दिवसको सन्दर्भ पारेर समसामयिक विषयमा जानकारी दिने उद्देश्यले भएको उक्त कार्यक्रममा नेपाल मजदुर किसान पार्टीका अध्यक्ष नारायणमान

बिजुक्छे (रोहित) ले हरेक घटना र विचारलाई व्यापक दृष्टिकोणले हेर्नु जरुरी भएको बताए । देश र जनताको इमानदारीपूर्वक सेवा गर्ने लक्ष्य लिएकाहरुलाई पुँजीवादी बन्दोबस्तमा सहजरूपमा काम गर्न नदिने भएकोले नै सङ्घर्षको सहारा लिनुपर्ने धारणा उनले व्यक्त गरे ।

बाँकी पेज ७ मा

## पूर्व राजालाई चुरीफुरी गरे नागार्जुनबाट लखेटने पूर्व सभामुखको चेतावनी



भक्तपुर । नेकपा (माओवादी केन्द्र) का उपाध्यक्ष तथा प्रतिनिधि सभाका पूर्व सभामुख अग्निप्रसाद सापकोटाले पूर्व राजा ज्ञानेन्द्र शाहलाई पार्टी खोलेर राजनीतिको मैदानमा उत्र्न सुझाव दिएका छन् । संविधान विपरित चलखेल गरे सत्य नहुने उनको चेतावनी छ । सोमबार मध्यपुर

थिमिको थिमी बैक्वेटमा नेपाल बुद्धिजीवी संगठनको भक्तपुर जिल्ला समन्वय समितिको तेस्रो सम्मेलनलाई सम्बोधन गर्दै सापकोटाले पूर्व राजा गणतन्त्र विरुद्ध गतिविधि गर्न थाले नागार्जुन दरवारबाट पनि लखेटिने चेतावनी दिएका हुन ।

बाँकी पेज ७ मा

## नेपालको सम्पदा सूचीकरणको हल्लिखल्ली

### ● जापेश राई

नेपाल सरकार संस्कृति, पर्यटन तथा नागरिक उड्डयन मन्त्रालयले अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदा सूचीकरण गर्न गत माघ पहिलो साता सूचना आह्वान गरेको छ । सूचनामा अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदा (सूचीकरण तथा व्यवस्थापन) कार्यविधि, २०८१ को दफा १९ बमोजिम अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदा सूचीकरण गर्न चाहने व्यक्ति समुदायले २०८२ वैशाख मसान्तभित्र आवेदन पेश गर्न भनिएको छ ।

कार्यविधिको प्रस्तावनामा 'नेपाल एउटा बहुजातीय, बहुभाषिक, बहुसांस्कृतिक, बहुधार्मिक मुलुक भएकाले यहाँ रहेका हरेक जातजाति, भाषाभाषी, संस्कृति एवं धर्मसँग सम्बन्धित विभिन्न अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाहरुलाई संरक्षण, संचालन, निरन्तरता

एवं व्यवस्थापनका लागि सम्पदा सूचीकरण गर्ने प्रक्रियालाई सहज एवं विधिसम्मत बनाउन जातीय समुदायलाई परम्परागत रूपमा निरन्तर अभ्यास गर्दै आएका तथा प्रचलनमा रहेका एक पुस्तापछि अर्को पुस्तान्तरण गर्दै हुँदै सम्बन्धित जातीय समुदाय एवं समग्र राष्ट्रको पहिचानका रूपमा रहेका अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाहरुलाई संरक्षण र व्यवस्थापन गर्न' कार्यविधि निर्माण गरिएको उल्लेख छ । 'अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदा' भन्नाले नेपालमा परम्परागत रूपमा बसोबास गर्दै आएका जातीय समुदायका एक पुस्ताबाट अर्को पुस्तामा हुँदै तथा अभ्यास भई आएका देहायबमोजिमका सांस्कृतिक विधाहरुसमेतलाई सम्झनु पर्छ भनिएको छ ।

(१) अभौतिक सांस्कृतिक सम्पदाको संवाहकको रूपमा भाषासाहित्यका मौखिक परम्परा तथा अभिव्यक्ति । (२) अभिनय

तथा मञ्चन कला । (३) सामाजिक व्यवहार, अनुष्ठान तथा चाडपर्वका उत्सव । (४) प्रकृति र ब्रह्माणसँग सम्बन्धित ज्ञान तथा व्यवहार । (५) परम्परागत कला कौशलता, उत्पादन गर्ने सीप र प्रविधि । (६) परम्परागत खाद्य परिकार । (७) परम्परागत खेलकुद । (८) पहिरन लगायत आभूषण सम्बन्धी ज्ञान । (९) सम्पदा अभ्यास, कार्यान्वयन तथा अभ्यास गर्ने स्थल । (१०) स्मरणमा रहेका तर अभ्यासमा नरहेका अमूर्त सांस्कृतिक सम्पदा ।

राष्ट्रिय जनगणना २०७८ को तथ्यांकअनुसार देश नेपालमा १४२ जातजाति छन् । उनीहरूले बोल्दैआएका १२४ भाषा छन् । यसैगरी हिन्दु, बौद्ध, इस्लाम, किरात, क्रिस्चियन, प्रकृति, बोन, जैन, बहाई र सिख गरी १० वटा धर्म मान्ने

बाँकी पेज ६ मा



बागमति प्रदेशमा नेपालभाषा र तामाङ  
भाषालाई कार्यन्वयनमा ल्याइने



ललितपुर । उच्च माध्यमिक तह, स्नातक तह, स्नातकोत्तर तह उत्तीर्ण गरेका करीब सय जना विद्यार्थीहरु ताम्रकार समाजको २० सौं वार्षिक साधारणसभामा सम्मानित हुनगइरहेका थिए । त्यस्तै करीब बीस जना ज्याःजक्वः (पास्ती) सकेका जेष्ठ नागरिकहरु पनि सोही अवसरमा सम्मानित हुनगइरहेका थिए । त्यस्तै पाटनमा जन्मेर हाल काभ्रेको पनौतीमा बसोबास गर्दै आइरहुनु भएका साहित्यकार, लेखक, गीतकार ध्वकृष्ण ताम्रकार उग्रचण्डी प्रतिभा

सम्मानबाट नगद पुरस्कार सहित  
सम्मानित भएका थिए ।

ताम्रकार समाजको २६ औं सामूहिक भेला तथा २० औं वार्षिक साधारणसभाका प्रमुख अतिथि बागमति प्रदेशका श्रम, रोजगार तथा यातायात मन्त्री प्रेमभक्त महर्जन थिए । उनले सामाजिक क्षेत्रमा ताम्रकार समाजबाट गरिदै आइरहेको कार्यहरुको उच्च प्रशंसा गर्दै बागमति प्रदेशमा पारित भइसकेको नेपालभाषा र तामाङ्ग भाषालाई सरकारी कामकाजको भाषा बनाउनेलाई कार्यन्वयन तहमा

लैजाने प्रतिबद्धता व्यक्त गरे ।

बिभिष्ट अतिथि  
ललितपुर महानगरपालिकाका  
उपमेयर मञ्जरी शाक्य बज्राचार्यले  
नगरका अन्य समाजहरु तथा  
संघसंस्थाहरुका लागि ताम्रकार  
समाज प्रेरणाको श्रोत बनेको  
उल्लेख गर्दै महानगरपालिका सदैव  
महानगरवासीहरुको हकहितको  
लागी लागिपरेको बताए। सभाका  
सभापति ताम्रकार समाजका  
अध्यक्ष बिनोद ताम्रकारले  
ताम्रकार समाज विगत लामो  
समय देखि विभिन्न सामाजिक  
कार्यहरुमा संलग्न रहदै

आइहरेको तथा नगरको संस्कृति, सम्पदा, भाषा आदिको संरक्षण सम्बर्द्धनका लागि नगरका अन्य संघसंस्थाहरु संग सहकार्य गर्दै आइरहेको बताउनु भयो ।

उक्त कार्यक्रममा समाजका दाताहरूलाई कदरपत्र तथा आजिवन सदस्यहरूलाई प्रमाणपत्र पनि वितरण गरिएको थियो । सो कार्यक्रममा समाजका निवर्तमान अध्यक्ष रविन्द्रराज ताम्रकार, वागमति प्रदेशका प्रदेश सदस्य रामकृष्ण चित्रकार, ललितपुरका प्रहरी प्रमुख एसएसपी श्यामकृष्ण अधिकारी, अनुसन्धान निर्देशक रमेशचन्द्र यादव, समाजका पूर्व अध्यक्षहरु, सल्लाहकारहरु, विभिन्न जातिय समाजका अध्यक्षहरु, संघ संस्थाका अध्यक्षहरु, समाजका सदस्यहरु तथा विद्यार्थीहरुको सहभागिता रहेको थियो । साधारणसभाको बन्दसत्रमा समाजका महासचिव दिपेश ताम्रकारले वार्षिक कार्यप्रतिबेदन, कोषाध्यक्ष बिमल ताम्रकारले आयव्यय विवरण प्रस्तुत गर्नु भएको थियो । समाजका उपाध्यक्ष शम्भुगोविन्द ताम्रकारले उपस्थित सबैलाई धन्यवाद ज्ञापन गर्नु भएको थियो ।

# हाटबजारमा हरिया तरकारी बिक्री गर्दै कलिला विद्यार्थी



भक्तपुर । राम्बस नेशनल स्कूलको आयोजनामा हाटबजार संचालन गरिएको छ । सो हाटबजारमा कक्षा १ देखि ५ सम्मका विद्यार्थीहरूले भाग लिएका थिए । उनीहरूले विभिन्न सामग्रीहरू बिक्री लागि राखेका थिए । हाटबजारमा हरियो सागपात, ताजा तरकारी, जस, कफी, पानीपuri र अन्य परिकारहरू राखिएका थिए ।

विद्यार्थीहरू आफैले ग्राहक बोलाउँदै, मूल्य निर्धारण गर्दै र सामान विक्री गर्दै व्यावसायिक सोचको अभ्यास गरिरहेका थिए । विशेषगरी पानीपुरी सबैभन्दा लोकप्रिय रह्यो, जहाँ विद्यार्थीहरूको उत्साह, हाँसो र रमाइलो माहोलले हाटबजारलाई अझ आकर्षक बनाएको थियो । जुस र कफी स्टलमा पनि शिक्षक तथा अभिभावकहरूको विशेष चासो देखियो ।

कार्यक्रमको उद्घाटन विद्यालयका उपप्रधानाध्यापक अमृता ढकालले गरेको थियो । उनले विद्यार्थीहरूलाई व्यवसायिक सीप, आत्मनिर्भरता र परिश्रमको महत्व बुझाउन यस प्रकारको कार्यक्रम आयोजना गरिएको बताए । उनले भने, “सार्ने उमेरदेखि सिकाइएका यस्ता सीपले भविष्यमा ठुला अवसरहरू सिर्जना गर्न सक्छन् ।”

शिक्षक, अभिभावक र विद्यार्थीहरूको सक्रिय उपस्थिति रहेको हाटबजारलाई भन्ने प्रभावकारी बनायो । विद्यार्थीहरूले सहकार्य, जिम्मेवारी र व्यवहारिक व्यापारिक सीप सिक्ने अवसर पाए ।

विद्यालयले आगामी दिनमा पनि विद्यार्थीहरूलाई व्यवहारिक शिक्षा प्रदान गर्न यस्ता कार्यक्रमहरूलाई निरन्तरता दिने योजना बनाएको जानकारी दिएको छ ।

नगदेश सिद्धिगणेश मन्दिरका  
गुथियारलाई पोशाक वितरण



मध्यपुर थिमि । मध्यपुर थिमिको नगदेशस्थित सिद्धि गणेश मन्दिरका छोपाला (गुथियार)हरूलाई शनिवार एक कार्यक्रम गरी पोशाक वितरण गरिएको छ । सिद्धि गणेश छोर्छे विकास समितिले छोपालाहरूलाई पोशाक वितरण गरिएको हो ।

बिस्का जात्राको क्रममा घोपालाहरु सवैजना एउटै पोशाकमा होस् भन्ने मनसायले वितरण गरिएको समितिका सचिव विजयशंकर प्रधानांगले जानकारी दिए । उनका अनुसार बिस्का जात्राको क्रममा प्रत्येक वर्षको अन्तिम दिन (चैत्र मसान्त), वैशाख १ गते र वैशाख २ गते यहाँ सिद्धि गणेशको एकल खटजात्रा हुन्छ । वैशाख १ गते बहींसिया जात्रा (बेलुकाको जात्रा) र २ गते सुथःसिया जात्रा (विहान) को जात्रा हुने गर्दछ ।


## विनायकलाई अन्तर्राष्ट्रिय स्वर्ण अवार्ड



मध्यपुर थिमि। शिक्षा, सभ्यता र संस्कृतिको त्रिवेणी बन्दै विद्यार्थीहरूलाई जीवनोपयोगी एवं व्यावहारिक शिक्षा प्रदान गर्दै आएको विनायक शिक्षा निकेतन इड्लिस स्कूलले थप अर्को अन्तर्राष्ट्रिय उत्कृष्ट स्वर्ण पदक/अवार्ड प्राप्त गर्न सफल भएको छ ।


स्कूल इंटरप्राइजेज च्यालेन्ज (स्कुलइन्टरप्राइजेज) कार्यक्रम अन्तर्गत विश्वका विभिन्न देशका हजारौं स्कूलका विद्यार्थीहरू बीच उद्यमशीलता विकास कार्यक्रम अन्तर्गत विश्वप्रतिष्ठित संस्था तत्वअञ्ज वःवल त्वं फ्कज ले व्वाययकका न्ययम िययम, न्ययम िययम विद्यार्थीहरूको समूहले गरेको व्यावसायिक योजना, विविध कार्यक्रम र आत्मनिर्भर बनन सक्ने ज्ञानको मूल्याङ्कन गरी सो अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको स्वर्ण पदक प्रदान गरेको थियो ।

विशेष गरेर उक्त कार्यक्रम अन्तर्गत सानैबाट विद्यार्थीहरूलाई सिपमूलक कुराहरूको शोध गर्न लगाई उनीहरूलाई विद्यालय जीवनबाट नै कसरी आत्मनिर्भर बन्ने, शिक्षा सँगसँगै व्यवहारिक ज्ञान कसरी सिकाउँदै लान सकिने भन्ने शिक्षा प्रदान गर्न विगत पाँच वर्षदेखि यस्ता प्रतियोगिताहरूमा भाग लिई कास्य र रजत पदक जितिसकेको र विद्यार्थी तथा शिक्षक शिक्षिकाहरूको कडा मेहनत तथा परिश्रमका कारण यसपटक स्वर्ण पदक प्राप्त गर्न सफल भएको जानकारी विद्यालयका संस्थापक प्रिन्सिपल सुरेन्द्रबिक्रम प्रजापतिले दिए ।



# कमेरोटार जग्गा एकीकरण आयोजना

## मध्यपुर थिमि, भक्तपुर



**बिकसित घडेरी बिक्रीको सिलबन्दी बोलपत्र आव्हानसम्बन्धी सूचना**

(प्रथम पटक सूचना प्रकाशित मिति : २०८१/१२/०६ गते)

फोन नं. ०१-५०९३११५

यस जग्गा एकीकरण आयोजनाको आयोजना व्यवस्थापन उप-समितिको मिति २०७९/११/१५ को बैठकको निर्णयानुसार तपसिल बमोजिमका विकसित घडेरीहरू (प्लट) गोथ्य सिलबन्दी बोलपत्रद्वारा बढाबढ गरी बिक्री गरिने भएको हुँदा इच्छुक नेपाली नागरिकहरूले आफूले खरिद गर्न चाहेको प्लटको जम्मा मूल्य अंक अक्षर दुवैमा प्रष्ट उल्लेख गरी नागरिकताको प्रतिलिपीसहित यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले ३० दिनभित्र कार्यालय समयमा बोलपत्र फाराम खरिद गरी ३१ औं दिन दिनको १२:०० बजेभित्र गोथ्य सिलबन्दी बोलपत्र पेश गर्नु हुन यो सूचना गरिएको छ।

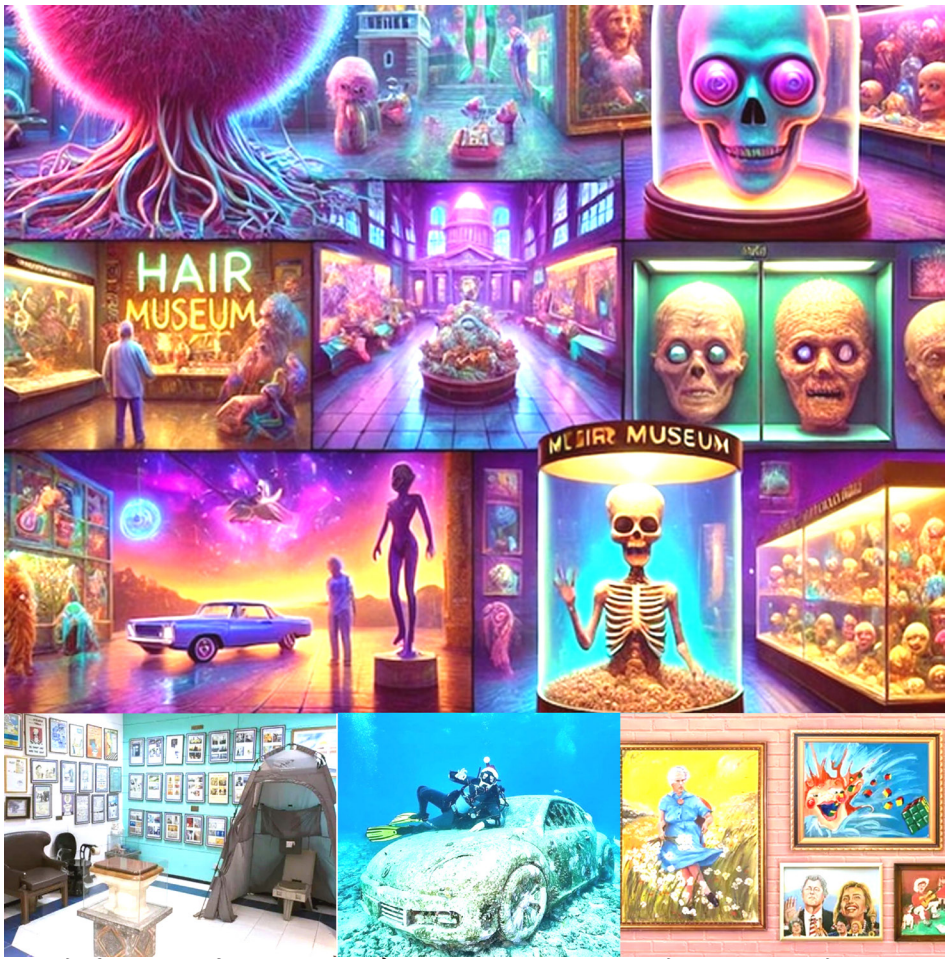
- खरिद गर्न चाहेको प्लटको आफूले कबोल गरेको कूल अंकको १०% प्रतिशतले हुन आउने रकम नेपाल बैंक लिमिटेड, थिमि शाखामा रहेको धरोती खाता नं. २३३००१००६१५४५१०००००४ मा जम्मा गरेको सककल बैंक भौचर सलन गर्नु पर्नेछ।
- प्राप्त सिलबन्दी बोलपत्रहरू ३१ औं दिन दिनको २:०० बजे निवेदनकर्ता वा निजका अधिकार प्राप्त प्रतिनिधिको उपस्थितिमा खोलिनेछ। उक्त समयमा सिलबन्दी बोलपत्र पेश गर्ने व्यक्ति वा निजको प्रतिनिधि उपस्थित नभएपनि बोलपत्र खोल्न बाधा पुग्ने छैन। सिलबन्दी बोलपत्र खरिद गर्ने र पेश गर्ने अन्तिम दिन विदा परेमा सो विदा पछिको कार्यालय खोलिएको दिनमा उपरोक्त बमोजिम हुनेछ।
- विकसित घडेरी (प्लट) खरिदको लागि छनौट भएका व्यक्तिहरूले बाँकी ९०% रकम बोलपत्र स्वीकृत भै सोको सूचना आयोजनाको सूचना पाठीमा टाँस भएको मितिले १५ (पन्ध्र) दिनभित्र रकम जम्मा गरिसक्नु पर्नेछ। अन्यथा प्लट दावी गर्न पाइने छैन।
- घडेरी जग्गा खरिद गर्ने सिलबन्दी बोलपत्र फाराम देहाय बमोजिमको रकम (फिर्ता नहुने गरी) नगद तिरि यस आयोजना कार्यालयबाट खरिद गर्न सकिनेछ।
- अंक र अक्षर फरक परेमा अक्षरलाई मान्यता दिइनेछ।
- रकम जम्मा गरेको सककल बैंक भौचरको पछाडि सिलबन्दी बोलपत्रदाताको नाम, थर, (तीन पुस्तो) ठेगाना र फोन नं. उल्लेख गर्नु पर्नेछ।
- सिलबन्दी बोलपत्र स्वीकृत नहुने व्यक्तिहरूको धरोती रकम A/C Payee चेकद्वारा फिर्ता गरिनेछ।
- अन्य कुरा नेपालको प्रचलित ऐन नियम अनुसार हुनेछ।
- रित नपुगेको र म्याद नाघी आएको निवेदन उपर कारवाही हुने छैन।
- प्राप्त सिलबन्दी बोलपत्रहरू स्वीकृत गर्ने नगर्ने सम्पूर्ण अधिकार यस कार्यालयमा सुरक्षित हुनेछ।
- खरिदकर्ता आफैले रजिष्ट्रेशन दस्तर, राजश्व व्यहोर्नु पर्नेछ।

सि. नं.	सिट.नं/ वडा नं.	कि. नं.	क्षेत्रफल		वाटोको चौडा मी.	मोहोडा मी.		प्लटको न्यूनतम मूल्य रु.		बोलपत्र फारामको दस्तुर रु.
			व.मी.	रोपनी		मी.	तर्फ	प्रति आना	प्लटको मूल्य रु.	
<b>सेक्टर १</b>										
१.	१०२-११११-२३/९	४९	५८.८५	०-१-३-१.६						
	१०२-११११-२३/११	३	२२.७३	०-०-२-३.४						
			८१.५८	०-२-२-१	४	Arc length ७.२४	उत्तर	४००००००.००	१०२६२८४५.४६	३०००.००
२.	१०२-११११-२२/११	२५	१३७.६०	०-४-१-१.२	७.५	१५.६४	उत्तर	५००००००.००	२१६३७७७.७५	३०००.००
३.	१०२-११११-२१/१२	१५४	१४६.१०	०-४-२-१.५	७.५	७.९०	उत्तर	५५०००००.००	२५२७८४८.१०	३०००.००
<b>सेक्टर २</b>										
४.	१०२-११११-१६/९	२०४	२२२.००	०-६-३-३.७	४	१२.००	उत्तर	३३०००००.००	२,३०,४०,४५२.८८	३०००.००
५.	१०२-११११-११/९	५२	९८.७८	०-३-०-१.७	११	९.३२	उत्तर	५५०००००.००	१७०८६६०६.१२	३०००.००
<b>सेक्टर ३</b>										
६.	१०२-११११-१२/१०	३२१	२६४.९६	०-८-१-१.३	७.५*४	१६.८६६* २०.४१	उत्तर/पूर्व	४००००००.००	३३३३२३२.५७	३०००.००
७.	१०२-११११-१२/१०	१५०	१९०.७६	०-६-०-०	७.५	१२.८२	दक्षिण	४५०००००.००	२६९९७५२३.२९	३०००.००
८.	१०२-११११-१२/१०	१५५	८२.०४	०-२-२-१.३						
	१०२-११११-१२/१०	२६४	१६०.०९	०-५-०-०.५						
			२४२.१३	०-७-२-१.८	७.५	७.२४	उत्तर	३७०००००.००	२८१७५६८१.०९	३०००.००
<b>सेक्टर ४</b>										
९.	१०२-११११-११/१०	२५	१०९.८२	०-३-१-३.३	७.५	५.८०	पश्चिम	३५०००००.००	१२०८८३२३.२९	३०००.००
<b>सेक्टर ५</b>										
१०.	१०२-१११०-१५/९	७८	११८.६४	०-३-२-३.७	११	६.२४	उत्तर	५५०००००.००	२०५२१११६.८९	३०००.००
११.	१०२-१११०-२४/१४	७७ मध्ये	१४५.०६	०-४-२-१	५.०	१५.२८	दक्षिण	११००००००.००	५,०१,८३,९०५.३३	३०००.००

कमेरोटार जग्गा एकीकरण आयोजना



# संसारका १० अनौठा संग्रहालयहरू



एजेन्सी । संसारभरि यस्ता धेरै ठाउँहरू छन् । जसको बारेमा हामीले अहिले सम्म कल्पना पनि गरेका छैनौं होला । यस्तै विश्वमा यस्ता संग्रहालय छन् । जसमा अनौठा पुरातात्विक वस्तुहरूको संग्रह गरिएको छ । यदि तपाईंलाई पनि यस्ता संग्रहालयहरू भ्रमण गर्ने मन छ भने, संसारका सबैभन्दा अचम्मका संग्रहालयहरूको बारेमा जान्ने पढ्छौं । आउनुहोस्, संसारका केही संग्रहालयहरूमा अनौठा चीजहरूको संग्रह छ ।

संसारका धेरै संग्रहालयहरू आफ्ना अनौठा विषयवस्तु र प्रदर्शनीहरूका लागि प्रसिद्ध छन् । यी संग्रहालयहरूले सामान्य कला वा इतिहास बाहेक केही अनौठा र रोचक कुराहरू प्रस्तुत गर्छन् । मानिसहरू तिनीहरूलाई देखेर छक्क पछेन् । कोही यी संग्रहालयहरूको प्रशंसा गर्छन् भने कोही तिनीहरूको अस्तित्वको विचारमा नै हाँस्छन् । संसारको सबैभन्दा असामान्य संग्रहालयहरू मध्ये एक भारतमा अवस्थित छ ।

संसारका १० अनौठा संग्रहालयहरू: संसारका १० अनौठा संग्रहालयहरू

कला, संस्कृति, इतिहास र विज्ञान जस्ता क्षेत्रहरूमा रुचि राख्ने व्यक्तिहरू विश्वभरका संग्रहालयहरूमा जान्छन् । यदि तपाईंलाई पनि संग्रहालयहरू भ्रमण गर्ने मन छ भने, संसारका १० सबैभन्दा अचम्मका संग्रहालयहरूको बारेमा

जान्नुहोस् ।

१. खराब कला संग्रहालय (ःइचव), अमेरिका

स्थान : बोस्टन, म्यासाचुसेट्स, संयुक्त राज्य अमेरिका

विशेषता: यो संग्रहालय 'बेकार कला' मा समर्पित छ । यहाँ चित्र र मूर्तिकलाहरू प्रदर्शित गरिएका छन् जुन धेरै नराम्रा वा हास्यास्पद खालका छन् । यसको आदर्श वाक्य हो - 'कला जुन यति खराब छ कि यसलाई बेवास्ता गर्न सकिंदैन' ।

उदाहरण: कुकुरहरूको अनौठा चित्रहरू वा भाँचिएका मूर्तिहरू ।

खराब कला संग्रहालय: यो १९९४ मा स्थापना भएको थियो ।

२. टर्कीको एभानोसको कपाल संग्रहालय

स्थान: एभानोस, टर्की

विशेषता : यहाँ विश्वभरका महिलाहरूको कपालको संग्रह छ । यो संग्रहालय एक जना माटोका कलाकारले सुरु गरेका थिए जसले मानिसहरूसँग उनीहरूको कपाल मागेका थिए । अहिले भित्ता र छतमा १६,००० भन्दा बढी कपालका नमूनाहरू भण्डारण गरिएका छन् ।

रोचक तथ्य : प्रत्येक नमूनामा दाताको नाम र ठेगाना लेखिएको हुन्छ ।

३. टुटेको सम्बन्धको संग्रहालय, क्रोएसिया

स्थान : जाग्रेव, क्रोएसिया

विशेषता : यो संग्रहालय

टुटेका सम्बन्धहरूको सम्पन्नतामा समर्पित छ । यहाँ मानिसहरूले आफ्ना पुराना सम्बन्धहरूसँग सम्बन्धित चीजहरू (जस्तै प्रेमपत्र, लुगा, टेडी बियर) दान गर्छन् र आफ्नो कथा पनि लेख्छन् । उदाहरण: रिसाएर फुटेको फोन ।

४. सुलभ अन्तर्राष्ट्रिय शौचालय संग्रहालय

स्थान: नयाँ दिल्ली, भारत

विशेषता : यो संसारको एक मात्र संग्रहालय हो जसले शौचालयको इतिहास देखाउँछ । यहाँ प्राचीन शौचालयदेखि आधुनिक डिजाइनसम्मका शौचालयका सामग्रीहरू प्रदर्शनीमा राखिएका छन् ।

रोचक तथ्य: यहाँ १७ औं शताब्दीको सुनको शौचालयको प्रतिकृति देख्न सकिन्छ ।

सुलभ अन्तर्राष्ट्रिय शौचालय संग्रहालय: यो १९९२ मा स्थापित भएको थियो ।

५. आइसल्याण्डिक फालोलोजिकल संग्रहालय, आइसल्याण्ड

स्थान: रेकजाभिक, आइसल्याण्ड

विशेषता : यो संग्रहालयले जनावर र मानिसको लिंगसँग सम्बन्धित अंगहरूको संग्रह प्रदर्शन गर्दछ । यहाँ २८० भन्दा बढी प्रजातिका नमूनाहरू छन् ।

उदाहरण : ह्वेलको विशाल लिंगदेखि मुसाको सानो अंगसम्म ।

६. मृत्यु संग्रहालय, अमेरिका

स्थान : हल्लिउड, क्यालिफोर्निया, संयुक्त राज्य अमेरिका

विशेषता : यो संग्रहालय मृत्युसँग सम्बन्धित कुराहरूमा समर्पित छ । सिरियल किलरका हतियार, शव परीक्षणका तस्विरहरू र मृत्युसँग सम्बन्धित अनौठा वस्तुहरू यहाँ प्रदर्शित छन् ।

रोचक तथ्यहरू : यहाँ चार्ल्स म्यानसन जस्ता कुख्यात अपराधीहरूसँग सम्बन्धित कुराहरू पनि छन् ।

७. करिबुस्ट संग्रहालय, जर्मनी

स्थान : बर्लिन, जर्मनी

विशेषता : यो संग्रहालय जर्मनीको प्रसिद्ध स्ट्रीट फूड 'करी वुस्ट' (ससेजसहितको करी सस) लाई समर्पित थियो । यहाँ यो परिकारको इतिहास, तयारी गर्ने तरिका र नक्कली ससेजको गन्ध पनि अनुभव गर्न सकिन्छ । यो २०१८ मा बन्द भएको थियो ।

रमाइलो तथ्य: त्यहाँ करीवुस्ट आकारको सोफा पनि थियो ।

८. ममीहरूको संग्रहालय, मेक्सिको

स्थान : गुआनाजुआटो, मेक्सिको

विशेषता : यहाँ १०० भन्दा बढी ममीहरू प्रदर्शन गरिएका छन्, जुन १९ औं शताब्दीमा हैजा महामारीको समयमा मरेका मानिसहरूका हुन् । यी प्राकृतिक रूपमा संरक्षित छन् । यो संग्रहालय २५०० वर्षभन्दा पुरानो हो ।

रोचक तथ्य: यहाँ गर्भवती महिलाको ममी र संसारको सबैभन्दा सानो ममी पनि छ ।

९. पानीमुनिको कला संग्रहालय (म्युजियो सुबाकुआटिको डे आर्ट - मुसा), मेक्सिको

स्थान: क्यानकुन, मेक्सिको

विशेषता: यो संसारको पहिलो पानीमुनि संग्रहालय हो । यहाँ समुद्रको भुईँमा ५०० भन्दा बढी मूर्तिहरू राखिएका छन्, कुनलाई स्कुबा डाइभिङ गर्नुपर्छ भनेर हेर्नको लागि ।

उद्देश्य: समुद्री जीवनको प्रवर्द्धन र कोरल चट्टानहरूको संरक्षण गर्नु ।

क्यानकुन अन्डरवाटर संग्रहालय : यो २०१० मा स्थापना भएको थियो ।

१०. परजीवी संग्रहालय (मेगुरो परजीवी विज्ञान संग्रहालय), जापान

स्थान: टोकियो, जापान

विशेषता : यो संग्रहालय परजीवीहरूलाई समर्पित छ । यहाँ ८ मिटर लामो टेपवार्म सहित ३०० भन्दा बढी परजीवीका नमूनाहरू छन् ।

## चीनको उच्च स्तरको योजनाले ६ वर्षको बच्चा पनि एआईमा मास्टर बन्ने !

एजेन्सी । अमेरिका, चीनलगायत युरोपेली मुलुकमा एआईको साम्राज्य जताततै बढ्दै छ । धेरैजसो देशहरूमा, स्कूल स्तरमा एआई पढाइन्छ । कक्षा १ का बच्चाहरू ए, बि, सी, डि. क, ख, ग, घ, ए... कविता र कथाहरू पढ्छन् भने चीनमा बालबालिकाहरूलाई केवल ६ वर्षको उमेरदेखि नै कृत्रिम बुद्धिमत्ता सिकाउन थालिएको छ । चीनको राजधानी बेइजिङ लगायत धेरै क्षेत्रहरूमा एआईलाई अनिवार्य शिक्षाको हिस्सा बनाइएको छ ।

चीन एआई क्षेत्रमा नेतृत्व हासिल गर्न चाहन्छ । त्यसैले सानै उमेरदेखि बालबालिकालाई एआई अर्थात् कृत्रिम बुद्धिमत्ताको अवधारणा सिकाउने कुरामा ध्यान केन्द्रित गरिएको छ (कृत्रिम बुद्धिमत्ता शिक्षा) । यसले बालबालिकाको यस विषयमा रुचि बढ्नेछ र उनीहरूले यसमा थप काम गर्ने इच्छा व्यक्त गर्नेछन् । चीनमा एआईको अध्ययन कुन कक्षाबाट सुरु हुन्छ र त्यहाँ आर्टिफिसियल इन्टेलिजेन्सको पाठ्यक्रम के हो जान्नुहोस् ।

चीनमा एआई शिक्षा: चीनमा एआई शिक्षा कुन कक्षाबाट सुरु हुन्छ ?

प्राथमिक तह (कक्षा १ बाट): बेइजिङ नगर शिक्षा आयोगले मार्च २०२५ मा एक घोषणा गर्‍यो । यस अनुसार, सेप्टेम्बर २०२५ देखि सुरु हुने शैक्षिक सत्रमा प्राथमिक र माध्यमिक विद्यालयहरूमा एआईको अध्ययन अनिवार्य हुनेछ । यसको अर्थ ६ वर्षको उमेरदेखि नै बालबालिकाहरू एआईसँग परिचित हुनेछन् ।

माध्यमिक र उच्च तह: माध्यमिक विद्यालय (कक्षा ७-९) र उच्च माध्यमिक विद्यालय (कक्षा १०-१२) मा एआईलाई अझ गहन रूपमा पढाइन्छ ।

चीनमा स्कूल पाठ्यक्रम: चीनका स्कूलहरूमा एआई पाठ्यक्रम के हो ?

चीनमा एआई पाठ्यक्रम उमेर र शिक्षा स्तरको आधारमा फरक तरिकाले तयार पारिएको छ । यो त्त्रभूत जस्तो एकीकृत ढाँचाको सट्टा प्रविधि र नवीनतामा केन्द्रित छ । तपाईंले बेइजिङ र अन्य प्रान्तहरू (जस्तै भेइजिङ, गुआङ्गडोङ) मा लागू गरिएको पाठ्यक्रमको आधारमा यसको विवरणहरू हेर्न सक्नुहुन्छ :

१. प्राथमिक विद्यालय (कक्षा १-६, उमेर ६-१२)

अवधि: प्रति वर्ष कमिमा ८ घण्टा ।

ध्यान: आधारभूत बुझाइ र व्यावहारिक अनुभव ।

पाठ्यक्रम:

एआईको परिचय: एआई के हो, यसले कसरी काम गर्छ (स्मार्ट खेलौना, आवाज सहायक जस्ता सरल उदाहरणहरू) ।

व्यावहारिक गतिविधिहरू: रोबोटिक्स, लेगो प्रोग्रामिङ र साधारण एआई उपकरणहरूको प्रयोग ।

डिजिटल उपकरणहरू: बाक् पहिचान र संश्लेषणको आधारभूत बुझाइ ।

एआई नैतिकता: एआईको जिम्मेवार प्रयोग (उदाहरणहरू: गोपनीयता, निष्पक्षता) ।

उद्देश्य: बालबालिकालाई प्रविधिसँग परिचित गराउनु र उनीहरूको जिज्ञासा बढाउनु ।

२. माध्यमिक विद्यालय (कक्षा ७-९, उमेर १३-१५)

अवधि: प्रति वर्ष ८-१० घण्टा वा सोभन्दा बढी ।

ध्यान केन्द्रित: एआई र आधारभूत अवधारणाहरूको दैनिक प्रयोग ।

पाठ्यक्रम:

एआई अनुप्रयोगहरू: स्कूल र दैनिक जीवनमा एआईको प्रयोग (जस्तै च्याटबटहरू, स्मार्ट उपकरणहरू) ।

डेटा र एल्गोरिदम: डेटाको महत्त्व र सरल एल्गोरिदमहरूको बुझाइ ।

प्रोग्रामिङ: आधारभूत कोडिङ (पाइथन वा ब्लक-आधारित प्रोग्रामिङ जस्तै स्क्र्याच) ।

परियोजनाहरू: साना एआई परियोजनाहरू जस्तै स्पीच-टु-टेक्स्ट मोडेलहरू निर्माण गर्ने ।

उद्देश्य: व्यावहारिक सीप र प्राविधिक आधार विकास गर्नु ।

३. उच्च माध्यमिक विद्यालय (कक्षा १०-१२, उमेर १६-१८)

अवधि: ३६ घण्टा (२ क्रेडिट कोर्सहरू, प्रति क्रेडिट १८ घण्टा) ।

फोकस: उन्नत अनुप्रयोगहरू र नवप्रवर्तनहरू ।

पाठ्यक्रम:

एआईको इतिहास र विकास: एआईको अहिलेसम्मको यात्रा र महत्त्वपूर्ण कोसेदुङ्गाहरू ।

एल्गोरिदम र डेटा संरचना: स्नायु सञ्जाल, मेसिन लर्निङको जग ।

प्रोग्रामिङ : पाइथनमा एआई मोडेलहरू निर्माण गर्ने (उदाहरण: साधारण च्याटबोट वा छवि पहिचान) ।

नैतिकता र समाज: एआई, डेटा गोपनीयता र नैतिकताको सामाजिक प्रभाव ।

परियोजनाहरू: स्वायत्त रोबोट वा डेटा विश्लेषण उपकरणहरू जस्ता जटिल एआई प्रणालीहरूको डिजाइन गर्ने ।

उद्देश्य: विद्यार्थीहरूलाई एआईमा करियरको लागि तयार पार्नु र नवीनताको क्षमता विकास गर्नु ।

चीनको एआई विश्वमा प्रतिध्वनित हुनेछ

शिक्षण विधि:

प्राथमिक तहमा 'प्रयोगात्मक' र खेलमा आधारित सिकाइमा जोड ।

माध्यमिक र उच्च माध्यमिक विद्यालयमा परियोजना-आधारित सिकाइ र कोडिङ ।

शिक्षकहरूको तालिम: कृत्रिम (विज्ञान, प्रविधि, इन्जिनियरिङ, गणित) पृष्ठभूमि भएका शिक्षकहरूलाई ष्ष पढाउन तालिम दिईदैंछ ।

पाइलट परियोजनाहरू: २०२४ मा, १८४ विद्यालयहरूलाई एआई शिक्षाको आधार बनाइएको थियो, जुन अहिले देशभर मोडेल छन् ।

उपकरणहरू: स्विचरल एआई जस्ता प्लेटफर्महरू र रोबोटिक्स किटहरूको प्रयोग ।

नैतिकतामा जोड: बालबालिकाहरूलाई सुरुदेखि नै एआईको जिम्मेवार प्रयोग सिकाइन्छ ।

## तरुणदलका पूर्व अध्यक्ष तथा नेताहरूको भेला भक्तपुरमा



भक्तपुर । तरुणदलका पूर्व अध्यक्ष तथा नेताहरूको भेला गत शनिबार भक्तपुरमा सम्पन्न भएको छ । विगतमा तरुण दलको नेतृत्व तहमा पुगिसकेका नेता तथा केन्द्रीय पदाधिकारी र जिल्ला सदस्यहरूको भेला

भक्तपुरमा सम्पन्न भएको हो । वर्तमान राजनीतिक गतिविधिहरू र यसले श्रृजना गरेको राजनीतिक वातावरणका विषयमा केन्द्रित रहेर उक्त कार्यक्रममा छलफल गरिएको तरुण दलका पूर्व अध्यक्ष विनोद

प्रसाद कायस्थले जानकारी दिए । नेपाली काँग्रेसलाई मजबुद बनाउन लागेका विगतका पदाधिकारीहरू हाल केही जिम्मेवार भएका विषयहरूलाई संग्रह गरि पार्टी केन्द्रीय कार्यालयका पदाधिकारीहरूलाई बुझाउने र यसले पार्टीका आगामी दिनको दिशा कस्तो हुनु पर्छ भन्ने विषयमा व्यापक रूपमा छलफल गरिएको कायस्थले बताए । संबिधानसभाबाट प्राप्त उपलब्धि विरुद्ध सडकमा विगत केही समय यतादेखि अराजक प्रदर्शन भईरहेकाले सो उपलब्धि रक्षाार्थ पनि सरकार र पार्टीलाई

सकारात्मक दबाव श्रृजना गर्न यो भेला उपलब्धि मूलक हुने उनले बताए । भेलामा छलफल भएका विषयहरूलाई संग्रह गरि पार्टी केन्द्रीय कार्यालयका पदाधिकारीहरूलाई बुझाउने र यसले पार्टीका आगामी दिनको कार्यदिशा निर्माण गर्न पनि थप सहयोग पुग्ने अपेक्षा रहेको कायस्थले बताए ।

भेलामा देशका विभिन्न जिल्लाबाट १०० औंको सङ्ख्यामा प्रतिनिधिहरूको सहभागिता रहेको थियो ।



## थिमि टाइम्स साप्ताहिक

– छिमेकी तथा आफना साथीभाइको निन्दा गर्ने बानी परापूर्व कालबाटै मानिसको मनोरंजनको विषय बन्दै आएको छ ।

- प्रेमचन्द

## सम्पादकीय

## नेताहरुको जनतामा भ्रमको खेती गर्दै लोकप्रिय बन्ने प्रवृति

गत सोमबार नेकपा एमाले र नेपाली कांग्रेसको दुई तिहाइ बहुमत प्राप्त सरकारले उर्जा मन्त्री दीपक खड्काको सिफारिसमा नेपाल विद्युत प्राधिकरणका कार्यकारी निर्देशक कुलमान घिसिङलाई अचानक अयोग्य भएको ठहर गर्दै पदबाट बर्खास्त गरेको छ । जबकि उनको कार्यकाल केही महिना मात्र बाँकी रहेको थियो ।

सरकारको यस निर्णयले आम जनसमुदायले कडा रुपमा सामाजिक संजाल मार्फत असहमति जनाएको छ । किनकी नेपाली जनमानसमा कुलमान घिसिङ उज्यालो नायकको रुपमा छबि बनाउन सफल कुशल व्यवस्थापकको रुपमा चिनिएका थिए । यसरी एकाएक उनलाई पदबाट बर्खास्त गरेपछि प्रमुख प्रतिपक्ष, प्रतिपक्ष र आम जनसमुदायसमेत सरकारको निर्णयको विरुद्धमा रहेको देखियो । यसबाट नेपाली जनमानसमा सरकार राम्रो काम गर्नेहरुलाई जसरी पनि अयोग्य बताउँदै पदबाट हटाउने र पहिलेबाटै आमजनमानसमा खराब भनेर चिनिएका र अलोकप्रिय छबि बनाएकालाई पुरस्कृत गर्ने राजनीतिक दलका नेताहरुमा देखिएको प्रवृत्तिले सरकार बिचौलियाहरुको चंगुलमा फस्दै गएको आकलन गर्न थालिएको छ ।

सरकारको यस निर्णयबाट प्रतिपक्षमा रहेकाहरुले विरोध गर्नु त सामान्य नै हो । तर सत्ता घटक कै रुपमा रहेको नेपाली कांग्रेसका केही नेताहरुले पनि घिसिङलाई सरकारले हटाएकोमा विरोध गरेको छ । यसमा अग्रपंक्तीमा नेकाका महामन्त्रीद्वय गगन थापा र विश्वप्रकाश शर्मा रहेको छ । जसले खुलेरै सरकारको निर्णयको विरोध गर्नुको साथै नेपाली कांग्रेस पार्टीको पार्टीगत रुपमा असहमति रहेको सावैजनिक रुपमा घोषणा गरेको छ । त्यस्तै पार्टीका अर्का नेता शेखर कोइरालासमेत सरकारको निर्णय निरंकुशता तर्फ गएको टिप्पणी गरेको छ । तर पार्टी सभापति शेर बहादुर देउवालगायत संस्थापन पक्ष सरकारको निर्णय प्रति प्रतिबद्ध देखिएको छ । किनकी संस्थापन पक्षका देउवाको लागि त केपी ओली पछि सरकारको नेतृत्व गर्ने लाइनमा भएको कारण पनि बर्तमान सरकारको काम कारवाही प्रति पूर्ण समर्थन जनाउन बाध्य छ । त्यस्तै नेपाली कांग्रेसको लागि आज जनसमुदायमा सरकार प्रति देखिएको असन्तुष्टि र सरकारी काम कारवाही प्रतिको वितृष्णाबाट अलग राख्न पनि चुनौती रहेको अवस्थामा नेपाली कांग्रेसको छबि आम जनसमुदायमा स्वच्छ राख्न पनि कांग्रेसले महामन्त्री द्वय र नेता शेखर कोइरालालाई प्रयोग गरेको आशंका छ ।

किनकी नेपाली कांग्रेस संसदमा सबैभन्दा ठूलो पार्टी हुनुका साथै सरकारको हरेक निर्णयमा कांग्रेसको सहमती बिना नेकपा एमालेले केही गर्न सक्ने अवस्था छैन । त्यसैले पनि नेकपा एमालेका नेता तथा कार्यकर्ताहरु यस विषयमा मौन रहेको छ । तर सरकारको यस निर्णयमा यसमा सबै भन्दा बढी भूमिका नेपाली कांग्रेसको देखिएको छ । नेपाली कांग्रेसबाट सरकारको नेतृत्व गर्दै सत्तामा पुगेका देयवा पत्नी आरजु र नेका कै उजमिन्त्रीको प्रस्तावमा कुलमान पदबाट बर्खास्त गरिएका हुन् । यसमा नेकपा एमालेका अध्यक्ष केपी शर्मा मात्र साक्षीका रुपमा देखिएका छन् ।

यसरी सरकारको अलोकप्रिय निर्णयमा नेपाली कांग्रेसको भूमिका प्रमुख रहदै आएको छ । बर्तमानमा नेकपा एमालेको नेतृत्वमा रहेको ओली सरकारलाई अलोकप्रिय बनाउने कार्यमा भूमिका रहेको नेकाले जनमानसमा राम्रो छबि बनाउनकै लागि आफ्ना युवा नेताहरुलाई सरकारको विपक्षमा रहेको भ्रम फैलाउने कार्य गरी रहेको राजनीतिक विश्लेषकहरुको भनाई रहेको छ । यसरी नेका संसद र सडक आम समुदायमा भ्रम छर्दै दोहोरा चरित्र देखाइरहेको बुझाई छ । जसमा नेकपा एमालेको सिङ्गो पार्टी पवि्त पनि दोषी छ । बर्तमानमा राजनीतिक दलको प्राथमिकता जसरी पनि सत्तामा पुग्ने र जनसमुदाय र राष्ट्रहितका लागि ठोस कार्यदिशा नहुँदा पनि देशमा बेथितिका बहाकहरुको बोलवाला बढ्दै गएको बर्तमान सन्दर्भमा नेताहरुको ध्यान जान जरुरी छ । साथै नेताहरुको जनतामा भ्रमको खेती गर्दै लोकप्रिय बन्ने प्रवृतिको अन्त्य अवश्य हुनेछ ।

# लिम्बुवानका मुन्धुमी सम्पदाको नालीबेली-१

● अम्रित थेबे ‘मिहाङ’

लिम्बुवानका मुन्धुमी सम्पदाको नालीबेली अम्रित थेबे ‘मिहाङ’ इतिहास विगतमा भएका घटनाहरुको अध्ययन गर्ने विधा हो । व्यतीत भइसकेका घटनाबारे ज्ञान मानिसले विगतका स्रोतहरू हेर्ने गर्छन् । इतिहासले विगतको घटनाको स्मृतिहरू, आविष्कार, संकलन, संगठन, प्रस्तुति र व्याख्यालाई एकै ठाउँमा ल्याउने काम गर्छ ।

ऐतिहासिक स्रोतहरूमा लिखित सामग्री, मौखिक दस्तावेज वा परम्परागत मौखिक इतिहास, कला तथा साहित्य, पर्यावरणीय संकेतहरू पर्छन् । त्यसभित्र पर्ने सम्पदा हाम्रो विगतको विरासत मानिन्छ जसले हाम्रो राजनीति, समाज, कार्य र विश्वदृष्टिकोणमा महत्वपूर्ण भूमिका खेल्छ ।

विश्वका अन्य ठाउँमा जस्तै नेपालमा पनि ऐतिहासिक र साँस्कृतिक महत्वका सम्पदा र स्थलहरूको महत्वपूर्ण स्थान रहेको छ । यसले सदियौंदेखि चलिआएको परम्परा संस्कृतिलाई मात्रै दर्शाउँदैन । ऐतिहासिक घटनाक्रमको साक्षीका रूपमा समेत काम गर्दछ ।

प्रस्तुत लेखमा मुन्धुमी सभ्यता मान्ने याक्थुङ समुदायको इलाका मानिने लिम्बुवानका मुन्धुमी महत्व र ऐतिहासिक स्थलहरूबारे चर्चा गरिनुका साथै यसको संरक्षणका लागि भएका प्रयासहरूबारे संक्षेपमा चर्चा गरिएको छ ।

मुन्धुम तेङथुमको लालीगुराँस नगरपालिकामा अवस्थित चोल्जुड पार्कमा रहेको मुन्धुमी थान, जहाँ मानिसको उमेर बढाउने र विवाहिता याक्थुङ महिलालाई कुमारी बनाउने अनुष्ठान गरिन्छ ।

याक्थुङ जातिको जीवन दर्शन र जीवन पद्धति दुवै हो मुन्धुम । केहीले यसलाई मोखिक धर्मशास्त्र पनि मानेका छन् । वरिष्ठ साहित्यकार एवम् याक्थुङ मुन्धुम तथा भाषाका विज्ञ वैरागी काइँलाले याक्थुङ जातिको सामाजिक, साँस्कृतिक वा नैतिक र धार्मिक धारणा, आस्था र आचरणको चरम परिणति नै अनेक मिथक, गाथा र लोककथाहरूमा अभिव्यक्त भई श्रुतिपरम्पराका रूपमा युगौंयुगदेखि जीवित छ र तिनैका समिष्टलाई मुन्धुम भन्नुपर्ने तर्क गरेका छन् ।

उनले मुन्धुम शब्दको व्युत्पत्ति याक्थुङ भाषामा ‘मुन’ - (चल) मुम्मा -चल्नु, हलिनु) क्रियाको धातु हो जसले गति वा स्थिर नरहेको गतिमयता भन्ने अर्थ लाग्छ । गतिमयता भनेको जीवन्तता हो । ‘थुम’ शब्दले कठिन वा शक्ति वा बलको अर्थ बोध गर्छ । गतिमय शब्द अलौकिक वा ईश्वरीय हुन्छ । चलायमान वा गतिमान रहने परम शक्ति वा शक्तिको वर्णन मुन्धुम हो । याक्थुङ लिम्बू जातिले आफ्ना पितृहरूलाई नै देउता मन्छन् । पितृहरूलाई बोलाउने भाषालाई उनीहरू माडपा(नदेउताको बोली) भन्ने गर्छन् । त्यहीँ माडपा:न् भनेकै मुन्धुम हो ।

अध्येता डा. क्षितिज लिम्बुले जीवन दर्शनको मूल आधार मुन्धुम भएको जनाउँदै यो देउताको वाणी नभएर यो सभ्यतासँग सुरुवात भएको जनाए । यो

चिन्तन प्रणाली भएको बताएका छन् । त्यस्तै, मुन्धुमका संकलक डीबी आडबुङले मुन्धुमलाई स्मृतिहरूको पुञ्ज र पूर्खाहरूको अनुभव सँगालो भएको धारणा राखेका छन् ।

याक्थुङ सँस्कृतिविद् आइत खजुमले ऐतिहासिक, साँस्कृतिक, भाषिक र आनुवांशिक हिसाबले मुन्धुम याक्थुङका लागि महत्वपूर्ण भएको जनाएका छन् । मुन्धुमका जानिफकार भनेका तुत्तु तुम्याङ, फेजिक्कुम फेदाङ्मा, सावारा येच्छाम साम्बा, सिभाक यामि (येवा/येमा) हरू हुन् । उनीहरूलाई एकमुष्ट रूपमा पेलिफाइसाम भनिन्छ । याक्थुङ मुन्धुम सामाजिक इतिहास पनि हो । जहाँ पूर्खाहरूको वसाइँसराइँ र गतिशीलतालाई पनि दर्शाउँछ ।

याक्थुङ लिम्बु जातिको आदिम ज्ञान भनेको नै मुन्धुम हो । हिजो पूर्खाले बाँच्नका लागि प्रकृतिसँग सामना गरेका घटनाहरूलाई नै पुस्तौँपुस्ता दर सन्तानहरूमा मौखिक रूपमा हस्तान्तरण हुँदै आएका छन् । यस्ता घटना लिम्बुका देवारीहरू फेदाङ्मा, साम्बा, येवा र येमाहरूले आजसम्म फलाकदै र गाउँदै आएका छन् । पूर्खाहरूको स्तुति र पुकार गरेमा प्राकृतिक विपत्तिबाट बच्न सकिन्छ भन्ने याक्थुङ लिम्बु जातिमा आजपर्यन्त विश्वास र मान्यता छ ।

याक्थुङ नेपालको सुदूरपूर्वी क्षेत्रमा बसोबास गर्ने समुदाय हो याक्थुङ जाति । यो समुदाय नेपालको ५९ आदिवासी जनजातिको समूहमा पनि पर्छ । उनीहरू लिम्बु जातिका रूपमा अरूमाभ्फ परिचित भएपनि उनीहरू आफैँले चाहिँ आफूलाई सुसुवा लिलिम याक्थुङहाङका सन्तान ‘याक्थुङ्वा’ भन्छन् । उनीहरूको ऐतिहासिक थातथलो र पुख्र्यौली भूगोल लिम्बुवान हो । जुन अरुणपूर्व नदी टिष्टापश्चिम, तिब्बत दक्षिण र चारकोशे जंगलउत्तरका ताप्लेजुङ, संखुवासभा, धनकुटा, तेङ्थुम, पान्थर, इलाम, भुापा, मोरङ र सुनसरी हो । केही ऐतिहासिक भूगोल भने भारतको सिक्किम र पश्चिम बंगालमा पर्छन् । राष्ट्रिय जनगणनाअनुसार याक्थुङ लिम्बुजातिको जनसंख्या ४,१४,७०४ रहेको छ । उनीहरू आफ्नो भाषालाई याक्थुङ पा:न् भन्छन् । २४७ वर्षअघि याक्थुङहरूका पूर्खा सिरिजङ्ग थेबेले निर्माण र विकसित गरेको लिपिलाई सिरिजङ्गा लिपि भन्छन् । याक्थुङ लिम्बुहरूको आफ्नै मौखिक सामाजिक इतिहास र मौखिक शास्त्र छ । जसलाई उनीहरू मुन्धुम भन्छन् ।

याक्थुङ लिम्बु जातिको उत्पत्तिबारे कैयन् विद्वानहरूका बेग्लाबेग्लै मतहरू छन् । इतिहासकार इमानसिङ चेम्जोङले लिम्बुहरूलाई काशी र ल्हासाबाट आएको भनेर तर्क अघि सारेका छन् । जुन गोत्रको अवधारणाबाट आएको हो । यद्यपि, याक्थुङ समुदायमा गोत्र हुँदैन । पछिल्लो समयमा प्रकाशित भएका अधिकांश वंशावलीहरूमा गोत्र(काशी, ल्हासा, ताइस्थान) उल्लेख भएका छैनन् । याक्थुङको गोत्र नभएर मिङ्मा हुन्छ । जुन माङ्गेना यक्सँग जोडिएको हुन्छ ।

इतिहासका अध्येता अर्जुनबाबु माबुहाङका अनुसार लिम्बुहरूको उत्पत्ति थलो/थामालुङ पत्ता लगाउन

मिङस्मा(पहिलो पूर्खा), माङ्गेना यक्पूर्खाले ढालफाँड गरेको मूल कर्म थलो), फेच्चुवा यक् पूर्खाहरू छुट्टिएर बनेको थलो), नाहाङ्मा यक्पूर्खाहरूको शक्ति र प्रसिद्धिसँग जोडिएको ठाउँ), सामसामातेन(मृतकको सातो पुर्‍याइने ठाउँ जहाँ पितृ/थेवासामलाई सातो बुभाइन्छ), साम लामातेन(जुन ठाउँबाट फेदाङ्मा/देवारीहरूले गर्भवती महिलाको सातो जगाएर ल्याउँछन्) र चो:लुङ(पूख्यौली शक्ति जगाउने ठाउँ) भनेर जान्नुपर्दछ । मुन्धुममा याक्थुङ लिम्बु जातिको उत्पत्ति स्थल ताप्लेजुङको फक्ताङलुङ आसपास इखाबु, लेलेप, तापेथोक, जस्ता ठाउँहरूमा बढी वर्णन गरिएको छ ।

मुन्धुम र इतिहासमा थिवोङ याक्थुङ याक्थुङ मुन्धुमले तागेरानिङ्वाफुमाङ या युमामाङलाई सर्वोच्च चेतना या ईश्वरका रूपमा मान्ने गर्दछन् । याक्थुङ सभ्यता पनि उनकै उपज भएकोमा विश्वास राख्छन् । सामाजिकशास्त्र र मानवशास्त्रको हिसाबाले अध्ययन गर्दा इम्ब्वरी याङथाङ्वा(तम्पर खोला)कै वरिपरि याक्थुङको उत्पत्तिका सामाजिक इतिहास, कथा, आख्यान र मिथकहरू पाइन्छन् । हिमाली भाषाका विद्वान डा. भ्यानङ्गिमले समेत भोटवर्मेली परिवारमा फेदापको याक्थुङ भाषालाई अरूभन्दा प्राचीन भाषा मानेका छन् । र, फेदापबाटै पूर्वी हिमाली भाषाहरू फैलिएको अध्ययनले बताएका छन् । डा. भ्यानङ्गिमले भनेको फेदाप चाहिँ तेङ्थुम नभएर समग्र लिम्बुवान वा महाफेदाप क्षेत्र हो । जुन इतिहासकार चेम्जाङले पनि आफ्नो पुस्तकमा उल्लेख गरेका छन् ।

याक्थुङ मुन्धुमअनुसार सर्वशक्तिमान, सर्वव्यापी तागे रानिङ्वाफुमाङपछि पोरोकमी यम्भामिमाङ आएर सृष्टि निर्माणपछिका अरू कार्यहरू सम्पन्न गरे । त्यसपछि, खाम्जिरी खाम्बोङमासा लुङ्जिरी लुङ्बोङमासाको सृष्टि भयो । उनीहरूलाई पहिलो तुम्याहाङ(भद्रभलादमी) पनि मानिन्छ ।

मुजिङ्ना खेयोङ्नालाई चाहिँ पहिलो मानव स्त्रीका रूपमा मुन्धुममा व्याख्या गरिएको छ । उनले सुरितेन कजेङ(हावा)सँगको संसर्गापछि सुसुवेन लालावेङ जन्मिए । पछि उनी सावायुक्फुङ केम्वाका नामले परिचित भए।उनले थोसोलुङ्मा फियामालुङ्माबाट सुन्छुर सुहाम्फेवा नामको छोरा र योसोलुङ्मा मुक्कुमलुङ्मावाट तेल्लारा लाहादाङ्ना नामको छोरीलाई जन्म दिए ।

त्यस्तै, सुसारेहरू सुसालिङ्मा सुसाङ्लिङ् र तुङ्सा लिङ्मा नासोलुङ फातेलुङमाहरूबाट थोसु साङदाङ खेवा र योसु लिङदाङ खेवाहरू जन्मिए । पछि, सुहाम्फेवा र लाहादङ्नाको हाङनातावाट १८ सन्तानहरू जन्मिए ।

इतिहासकार सन्ध्या सिङ्जाङ्गोले याक्थुङ सभ्यतालाई पाँच कालखण्डमा वर्गीकरण गरेका छन् । पहिलो, पूर्वप्राचीन काल, दोस्रो, प्राचीन काल, तेस्रो मध्यकाल, चौथो, आधुनिक र पाँचौ समसामयिक काल हुन् । पूर्वप्राचीनकालमा चङत् मुन्धुम, सा?मा कुमाङ पोक्मा मुन्धुम, तागेरानिङ्वाफुमाङ मुन्धुम पर्छन् । प्राचीनकालमा सृष्टि

काल, मानव उत्पत्तिको युग, शिकारी युग, कृषि युग पर्छन् ।

मध्यकालमा तेल्लारा लाहादङ्ना सुहाम्फेवा मुन्धुम र सावा याहाङकाल पर्छन् । जहाँबाट याक्थुङ सभ्यताको सुरुवात भएको मानिन्छ । आधुनिककालमा सावा येत्हाङकाल सुरु भएको थियो । सावा याहाङबाटै आठ शक्तिशाली शापकहरूका रूपमा चिनिएका सावा येत्हाङ आएका हुन् । इसाको छैटौँ शताब्दीपूर्व महाफेदापको अवधारणा आएको हो । येत्हाङमा तापेसो लुङमाहाङ, सगहिम्सो सङ्मिहाङ, नियारा थक्चङहाङ, लालासो पाङवेन्हाङ, खेच्चुवत् उप्पनहाङ, साउन्दु उन्दुहाङ, साङ्गेन्हाङ पाङ्गेन्हाङ, सेन्छेरे सेनिहाङ पर्छन् ।

येत्हाङपछि थिवोङ याक्थुङ(दश लिम्बु)हरू देखा परेका छन् । ती दश लिम्बुहरूमा साप्लुप्ति साम्बाहाङ(तम्बरखोला थुम), सिसेफ्नेसिरेङ्हाङ(मिवा/मैवालखोलाथुम), थक्थक्सो आङवोहाङ(आठराई थुम),थिन्दोल्जु खो:याहाङ(याङरुप थुम), इङासो पापोहाङ(पान्थर थुम), सेन्सेन्म फेदापहाङ(फेदाप थुम), इमेहाङ(चारखोल थुम), सोङ्पाक लादोहाङ(चौबिस थुम), तापेसो पेरुहाङ(तेङ्थुम/थला यक) र ताक्लुङ खजुमहाङ(छ्थर थुम) हुन् । समसामयिक कालचाहिँ लिम्बुवान आन्दोलनको आधुनिक समय र ‘कोशी’ नामकरणविरुद्धसम्मको समय हो ।

हज्सन पाण्डुलिपिको खण्ड ७९, ८४ र ८६ मा याक्थुङ मुन्धुमबारे पर्याप्यत व्याख्या गरिएका पत्रहरू सङ्कलित गरिएका छन् । ‘दशलिम्बु’ लेखिएको सबैभन्दा पुरानो कागज वि.सं. १८२४ मा भेटिएको छ । जुत देवानलाई दिइएको लालमोहरमा ‘तस लिम्बु’ भनेर उल्लेख गरिएको छ । इतिहासकार माबुहाङले याक्थुङहरूले आफूलाई लुङवोङवा खाम्बोङवा भन्ने गरेको र सेनहरूले ‘लुङबुङ’ भन्न खोज्दा ‘लिम्बु’ भनेको हुन सक्ने तर्क गरेका छन् । याक्थुङ लिम्बुहरूको लोकोक्तिमा थिवोङ याक्थुङ/दश लिम्बु चलेको र कागजातहरूमा दश लुङबुङ/दश लिम्बु लेखेको पाइएको जनाएका छन् ।

लिम्बुवान कुनैबेला अरुण नदीवारि याक्थुङहरूको शासन थियो । समग्रमा याक्थुङ लाजे भनिए पनि सिरेङ, फागो, याङरुप, मिक्लुक, फेदाप, सुदाप, प्रधानजस्ता सानासाना लुङबुङ(रजौटा)हरू भएको इतिहासकार अर्जुन माबुहाङले उल्लेख गरेका छन् । सेन शापकहरूले पहिलो पटक याक्थुङ लुङबुङहरूको दश लिम्बु भनेर सम्बोधन गरेका थिए । सेनहरूले नै याक्थुङहरूमा सुभाङ्गी शासनको सुरुवात गरेका थिए ।

व्यापारिक हिसाबले उनीहरू भोटेसँग निकट थिए । शाहकालमा आइपुग्दा याक्थुङ याक्थुङ रजौटाहरू मैवाखोला, मिवाखोला, तमोरखोला, आठराई, याङरुप, पान्थर, छ्थर, चौबिसे जस्ता थुमहरूमा विभक्त भइसकेका थिए । पान्थर, छ्थर, चौबिसे, फेदाप, आठराईका लिम्बुहरू सेनसँग नजिक थिए । मैवाखोला, मिवाखोला, तमोरखोला, याङरुपका लिम्बुहरू सिक्किमका भोटे शापक नामग्यालसँग नजिक थिए ।

क्रमश.....



# शान्ति खलः द्वारा ससुपूजाको अवसरमा नयाँ वर्ष २०८२ को क्यालेन्डर विमोचन



भक्तपुर । मध्यपुर थिमिबाट काठमाडौँलगायत उपत्यकाका विभिन्न स्थानमा माइग्रेट भई गएका थिमिवासीहरूको साझा संस्था शान्ति खलःका सदस्य बीच आपसी सहयोग, सद्भाव तथा सांस्कृतिक पहिचान सहितको जीवन्तता जोगाई राख्ने उद्देश्यका साथ २०२६ सालमा गठन भएको शान्ति खलः द्वारा आफ्नो वार्षिक कार्यक्रम अन्तर्गत सल्लाघारीको च्वङ्गा गणेशमा

ससुपूजा सम्पन्न गरेको छ । सो समारोहमा खलःले नयाँ वर्ष २०८२ को क्यालेन्डरसमेत विमोचन गरिएको छ । क्यालेन्डर खलःका संस्थापक सदस्य रमेशकुमार चाँगुभँदेल श्रेष्ठले विमोचन गरेको हो । खलःका संरक्षक सदस्य तथा शान्ति बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्थाका अध्यक्ष बालगोपाल श्रेष्ठले सुखदुःखमा एकआपसमा आर्थिक एवं सामाजिक सहयोग गरी नेवाःहरूको

मौलिक पहिचान जोगाउन खलःको स्थापना भएको बताउँदै खलःले आजको दिनसम्म आइ पुग्दा आफ्नो उद्देश्य पुरा गर्न सफल भएको र आगामी दिनमा अझ प्रगति गर्न सकोस भन्दै शुभकामना मन्तव्य व्यक्त गरेको थियो । कार्यक्रममा खलःका पूर्व महासचिव धर्मकृष्ण चपलिछैं, श्रेष्ठद्वारा लिखित “थिमिया स्यस्यः बिना” नामक पुस्तक ५० प्रति पनि निःशुल्क वितरण गरिएको थियो । खलःका अध्यक्ष तथा कार्यक्रमका सभापति रत्नसुन्दर कायस्थले खलःमा मानार्थ, संरक्षक, संस्थापक तथा साधारण सदस्य रहेको जानकारी दिँदै आजीवन सदस्य तथा संरक्षक सदस्यको लागि दश वर्षे नीति र पछिल्ला नीति तथा योजनाबारे प्रष्ट पारेको थियो । उक्त कार्यक्रममा खलःका सदस्यहरूका साथै थिमिका प्रतिस्थित व्यक्तिहरूको सहभागी रहेको थियो । यो कार्यक्रम खलःले वार्षिक रूपमा प्रत्येक वर्षको चैत्र महिनामा गर्दै आइरेको छ ।

# नेवाः पत्रकार राष्ट्रिय दबूबाट ६ जना पत्रकार पुरस्कृत



काठमाडौँ । नेवाः पत्रकार राष्ट्रिय दबूले यस वर्ष ६ जना पत्रकारलाई विभिन्न पत्रकारिता पुरस्कार प्रदान गरेको छ । पत्रकार राष्ट्रिय दबूको शनिबार थिमि बैक्वेटमा आयोजित १३ औँ साधारण सभामा पुरस्कार प्रदान गरिएको हो । वाङमय शताब्दी पुरुष सत्यमोहन जोशी स्मृति पत्रकारिता पुरस्कार मेट्रोएफएमका वरिष्ठ सञ्चारकर्मी जुजुमान महर्जनलाई प्रदान गरिएको थियो । सो पुरस्कारको राशी १० हजार रुपैयाँ रहेको छ । त्यसैगरी नेपालका पहिलो त्रिपिटकाचार्य एवं २००१ मा तत्कालीन प्रधानमन्त्री जुद्ध शम्शेरले देश निकाला गरेका आठ भिक्षु मध्ये एक भिक्षु कुमारकाश्यप महास्थविरको नाउँमा भिक्षु कौण्डिन्य महास्थविरले स्थापना गरेको भिक्षु कुमारकाश्यप स्मृति पत्रकारिता पुरस्कार नेपाल मण्डल टेलिभिजनका सञ्चारकर्मी रामराजा बज्राचार्यलाई प्रदान गरिएको थियो । यस पुरस्कारको राशी २० हजार रुपैयाँ रहेको छ ।

त्यस्तै ललितपुर जिल्लामा पहिलो अपांगमैत्री भवन बनाउने कार्यको अग्रसरता लिएका समाजसेवी मोतिशान्ति शाक्यले आफ्नी

आमा र बुबाको नाममा स्थापना गरेको ज्ञानदेवी-मणीरत्न स्थापित स्मृति पत्रकारिता पुरस्कार नेवाःएचडी टेलिभिजनका वरिष्ठ सञ्चारकर्मी नवीन जोशीलाई प्रदान गरिएको थियो । यस पुरस्कारको राशी २० हजार रुपैयाँ रहेको छ । देवशोभा कंसाकारद्वारा स्थापित ज्ञानज्योति-लक्ष्मीप्रभा स्मृति पत्रकारिता पुरस्कार जनसञ्चार टेलिभिजनका सञ्चारकर्मी सुरेश सैजुलाई प्रदान गरिएको थियो । यो पत्रकारिता पुरस्कारको राशि २० हजार रुपैयाँ रहेको छ । त्यसैगरी ललितपुरका बाबुराजा ज्यापू फोटो पत्रकारिता पुरस्कार गोर्खापत्र अनलाईनका फोटोपत्रकार मनोजरत्न शाहीलाई प्रदान गरिएको थियो । यस पुरस्कारको राशी १० हजार रुपैयाँ रहेको छ । विजयराम कर्माचार्यद्वारा स्थापित श्रीरामस्मृति न्हुज पत्रकारिता पुरस्कार चितवनका पत्रकार निशा श्रेष्ठलाई प्रदान गरिएको थियो । पत्रकारिता क्रियाशील, नेपाल भाषा, संस्कृति, सम्पदा, सञ्चारमाध्यमको समावेशीकरण, आदिवासी जनजातिको सवालमा पत्रकारिता मार्फत पुर्‍याएको योगदान, लैंगिक भौगोलिक र लगायत


पक्षलाई मध्यनजर गरी सो पुरस्कार प्रदान गरिएको पत्रकार दबूले जनाएको छ । पुरस्कृत व्यक्तित्वहरूलाई वाममती प्रदेश सरकारका श्रम, राजगार तथा यातायातमन्त्री प्रेमभक्त महर्जनले सम्मानपत्र प्रदान गरे भने नगद पुरस्कार भने सम्बन्धित पुरस्कार दाताले प्रदान गरिएको थियो । सो अवसरमा मन्त्री महर्जनले जातीय विविधताको सम्बोधन, सामाजिक न्यायको लागि पत्रकारहरू संवेदनशील हुनुपर्नेमा जोड दिँदै समावेशी पत्रकारिताको विकास र मातृभाषाको पत्रकारिताको क्षेत्रको लागि वाममती प्रदेश सरकारले ठोस काम गर्ने प्रतिबद्धता व्यक्त गरे । नेपालभाषा, संस्कृति, सम्पदाको संरक्षणमा वाममती प्रदेश सरकार गम्भीर रहेको उल्लेख गर्दै उनले त्यसको विकास लागि विनियोजित बजेट सदुपयोग गर्न आग्रह गरे । सञ्चारमाध्यम समावेशी बनाउने कार्यमा प्रदेश सरकारको तर्फबाट आफ्नो महत्वपूर्ण पहलकदमी रहने बताउँदै मन्त्री महर्जनले समाजको विकासको लागि जनउत्तरदायी स्वस्थ पत्रकारिता हुनुपर्नेमा जोड दिए । सो अवसरमा नेवाः पत्रकार राष्ट्रिय दबूका संस्थापक अध्यक्ष श्रीकृष्ण महर्जनले पत्रकारिता क्षेत्रलाई समावेशी बनाउन नेवा पत्रकार दबूसँगै फोनिजले राज्यको ध्यानाकर्षण गराउँदै आएको बताउँदै समावेशीले राष्ट्रिय एकता, सामाजिक सद्भावलाई बलियो बनाउने धारणा राखे । सो अवसरमा केन्द्रीय अध्यक्ष नृपेन्द्रलाल श्रेष्ठले प्रेस स्वतन्त्रताको उच्चतम अभ्यासका लागि सञ्चारमाध्यम समावेशी भएर विभिन्न जातजाति र भाषाभाषीको आवाजलाई स्थान दिनुपर्ने र मातृभाषाको पत्रकारिताको विकासका लागि राज्यको ध्यान जानुपर्नेमा केन्द्रीत गर्दै आफ्नो धारणा राखे ।

# गुलाबी चियाले दिन्छ अब तनावबाट छुटकारा !

एजेन्सी । आजकल गुलाब चियाको चलन बढ्दो क्रममा रहेको छ । यो चिया स्वादमा मात्र उत्कृष्ट छैन, स्वास्थ्यको लागि पनि धेरै फाइदाजनक मानिन्छ । मानिसहरू यो चियाको स्वाद लिन महंगा रेस्टुरेन्ट र क्याफेहरूमा जान्छन्, तर के तपाईंलाई थाहा छ यो स्वादिष्ट चिया घरमा सजिलै बनाउन सकिन्छ । आज हामी तपाईंलाई गुलाबी चिया कसरी बनाउने भनेर बताउनेछौं, जुन रेस्टुरेन्ट र क्याफेहरूमा पाइने जस्तै स्वादिष्ट र स्फूर्तिदायी हुनेछ । गुलाबी चिया बनाउनको लागि तपाईंलाई ताजा वा सुकेको गुलाबको पात, पानी, मह र चाहनुहुन्छ भने, दालचिनी वा अलैंचीको सानो टुक्रा चाहिन्छ । सबैभन्दा पहिले, यदि तपाईं ताजा गुलाबका पातहरू प्रयोग गर्दै हुनुहुन्छ भने, तिनीहरूलाई राम्ररी धुनुहोस् ताकि कुनै पनि फोहोर वा रसायनहरू नरहोस् । यसपछि, एउटा प्यानमा पानी उमाल्न राख्नुहोस् । यसरी उम्लिरहेको पानीमा गुलाबको पात हालेर ५-१० मिनेटसम्म उमाल्नु पर्छ । यसले पानीमा गुलाबका पातहरूको पूर्ण स्वाद ल्याउनेछ । अब चिया छान्नुहोस् र कपमा खन्याउनुहोस् । यस समयमा तपाईंले आफ्नो रोजाइ अनुसार मह वा गुलियोको लागि गुदको प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ । यसमा मह वा गुद थप्दा चियामा प्राकृतिक मिठास थपिन्छ, जसले गर्दा यसको स्वाद अझ राम्रो हुन्छ । यदि तपाईं चाहनुहुन्छ भने, अलिकति दालचिनी वा अलैंचीको धुलो पनि थप्न सक्नुहुन्छ, ताकि चियाले अझ ताजापन र सुगन्ध प्राप्त गरोस् । यसपछि, तपाईंको गुलाबी चिया तयार हुन्छ । यो तातो चियाको आनन्द लिनुहोस् र ताजा महसुस गर्नुहोस् । गुलाबी चिया स्वादिष्ट मात्र होइन, यसमा धेरै स्वास्थ्य लाभहरू पनि छन् । यसबाहेक, गुलाबको पातमा एन्टिअक्सिडेन्ट हुन्छ, जसले शरीरलाई स्वस्थ राख्न मद्दत गर्छ । यो चियाले पाचन प्रक्रियालाई सुधार गर्न मद्दत गर्छ र रोग प्रतिरोधात्मक क्षमतालाई पनि बलियो बनाउँछ । गुलाबको सुगन्धले मानसिक तनाव कम गर्न मद्दत गर्छ र चियाको सेवनले तपाईंको दिमागलाई शान्त राख्छ । आयुर्वेद विशेषज्ञका अनुसार गुलाबी चियामा भिटामिन सी पनि पाइन्छ, जुन तपाईंको छालाको लागि धेरै फाइदाजनक हुन्छ । यो चियाले तौल घटाउन पनि मद्दत गर्छ र यसमा एन्टी-इन्फ्लेमेटरी गुणहरू छन् । नियमित रूपमा गुलाबी चियाको सेवनबाट तपाईं आफ्नो स्वास्थ्यमा सुधार ल्याउन सक्नुहुन्छ । त्यसैले अर्को पटक चिया पिउन मन लाग्यो भने गुलाबी चिया पक्कै पनि पिउनुहोस् र यसको स्वाद र स्वास्थ्य दुवैको फाइदा उठाउनुहोस् ।


# फोन वा ल्यापटपबाट निस्कने प्रकाशले आँखालाई कसरी हानि पुर्‍याउँछ ?

एजेन्सी । फोन र ल्यापटपबाट निस्कने नीलो प्रकाशले आँखालाई हानि पुर्‍याउन सक्छ । यसले रेटिनालाई कमजोर बनाउँछ, आँखामा जलन, धमिलोपन र निद्राको समस्या निम्त्याउँछ । आजकल मोबाइल फोन र ल्यापटप हाम्रो जीवनको एक महत्वपूर्ण हिस्सा बनेका छन् । पढाइदेखि मनोरञ्जनसम्म, हामी सबै कुराको लागि स्क्रिनमा निर्भर भएका छौं । तर के तपाईंले सोच्नुभएको छ कि यी उपकरणहरूबाट निस्कने प्रकाशले तपाईंको आँखालाई कति हानि पुर्‍याउँछ ? यदि तपाईंलाई बारम्बार आँखा पोल्ने, थकित हुने वा धमिलो महसुस हुन्छ भने, यसको कारण तपाईंको फोन वा ल्यापटप हुन सक्छ । यो किन हुन्छ र यसबाट बच्न के गर्न सकिन्छ, यसबारे जानौं । नीलो प्रकाशः आँखाको सबैभन्दा ठूलो शत्रु हो फोन, ल्यापटप र टिभी जस्ता डिजिटल स्क्रिनबाट नीलो प्रकाश निस्कन्छ । यो त्यस्तो प्रकाश हो जुन सिधै हाम्रो आँखाको रेटिनामा पुग्छ र बिस्तारै यसलाई कमजोर बनाउँछ । जब हामी लामो समयसम्म लगातार स्क्रिनमा हेर्छौं, आँखाले बढी काम गर्नुपर्छ, जसका कारण तिनीहरू चाँडै थकन्छन् । यति मात्र होइन, लामो समयसम्म नीलो प्रकाशको सम्पर्कमा रहँदा आँखाका कोषहरूलाई पनि क्षति पुग्न सक्छ, जसले भविष्यमा दृष्टि गुम्ने जोखिम बढाउँछ । के तपाईंले कहिल्यै आफ्नो फोन वा ल्यापटप लामो समयसम्म प्रयोग गरेपछि, आँखा भारी भएको महसुस गर्नुभएको छ ? यो डिजिटल आँखाको तनावको कारणले हुन्छ । जब हामी लगातार स्क्रिनमा हेरिरहन्छौं, हाम्रो आँखाको मांसपेशीहरू एउटै स्थितिमा काम गरिरहन्छन्, जसले गर्दा उनीहरूले आराम पाउँदैनन् । यसले आँखा थकान, पाल्ने र टाउको दुख्ने जस्ता समस्याहरू निम्त्याउँछ । स्क्रिनको प्रकाशका कारण निद्रा पनि बिग्रिरहेको छ । यदि तपाईं सुत्नुअघि फोन प्रयोग गर्ने बानीको शिकार हुनुहुन्छ भने, यसले तपाईंको निद्रामा नराम्रो असर पार्न सक्छ । फोन र ल्यापटपबाट निस्कने नीलो प्रकाशले निद्रा ल्याउन मद्दत गर्ने मेलाटोनिन नामक हर्मोनलाई असर गर्छ । मेलाटोनिन उत्पादन घट्दा हामी ढिलो सुत्छौं र राम्रो निद्रा लाग्दैन । यही कारणले गर्दा धेरै मानिसहरू राति अवेरसम्म जागा रहन्छन् र बिहान उठेपछि पनि थकित महसुस गर्छन् । सुख्खा आँखा सिन्ड्रोमः स्क्रिनले आँखा सुख्खापन बढाइरहेको छ जब हामी स्क्रिनमा निरन्तर काम गर्छौं, हामी कम भिष्मिन्छौं । आँखा भिष्काउनु धेरै महत्त्वपूर्ण छ किनकि यसले आँखामा आद्रता कायम राख्छ । तर जब हामी कम भिष्म्याउँछौं, आँखा सुख्खा हुन थाल्छ, जसलाई सुख्खा आँखा सिन्ड्रोम भनिन्छ । यसले आँखामा पोल्ने, चिलाउने र रातो हुने समस्या निम्त्याउँछ । स्क्रिनबाट आँखा जोगाउने सजिलो तरिका यदि तपाईं आफ्नो आँखा सधैं स्वस्थ राख्न चाहनुहुन्छ भने, केही साधारण बानीहरू अपनाएर आफ्नो आँखालाई जोगाउन सक्नुहुन्छ । सबैभन्दा पहिले, प्रत्येक २० मिनेटमा २० सेकेन्डको लागि स्क्रिनबाट टाढा हेर्नुहोस् । यसले आँखालाई आराम दिनेछ । यसबाहेक, हानिकारक प्रकाशबाट आफूलाई बचाउन फोन र ल्यापटपमा रहेको नीलो प्रकाश फिल्टर अन गर्नुहोस् । सुत्नुअघि फोन प्रयोग गर्न बन्द गर्नु पनि धेरै महत्त्वपूर्ण छ । यसले तपाईंको आँखालाई आराम दिने मात्र होइन, राम्रो निद्रा पनि दिनेछ । साथै, आँखालाई हाइड्रेटेड राख्न स्क्रिनको ब्राइटनेस कम राख्नुहोस् र दिनभरि बारम्बार भिष्काउनुहोस् ।



सूचना

सडक हामी सबैको साझा सम्पत्ति हो । सडक निर्माणमा तपाईं हाम्रो ठूलो धनराशी खर्च भएको हुन्छ । त्यसैले यसको संरक्षण एवं सम्बर्द्धन गर्नु हामी सबैको दायित्व हो । निर्माण भैसकेको सडकका विभिन्न खण्डमा अनाधिकृत रूपमा सडक सिमा अतिक्रमण गरी घरटहरा निर्माण गर्ने, होडिङ्ग बोर्ड राख्ने, सडकमा सामाग्री थुपार्ने, सवारी साधन धुने-पखाल्ने, पार्किङ गर्ने, सडकको नाली पुरी बाटो बनाउने तथा नालीमा ढल मिसाउने एवं फोहरमैला फाल्नेजस्ता कार्यका कारण सडक संरचना, सवारी आवागमन तथा वरीपरिको वातावरणमा समेत प्रतिकूल असर पर्ने हुनाले उपरोक्त कुनै पनि क्रियाकलापहरू नगर्न नगराउन हुन सम्बन्धित सबैसँग यस डिभिजन सडक कार्यालय हार्दिक अनुरोध गर्दछ ।



डिभिजन प्रमुख


डिभिजन सडक कार्यालय

काठमाडौँ



सूचना

सडक हामी सबैको साझा सम्पत्ति हो । सडक निर्माणमा तपाईं हाम्रो ठूलो धनराशी खर्च भएको हुन्छ । त्यसैले यसको संरक्षण एवं सम्बर्द्धन गर्नु हामी सबैको दायित्व हो । निर्माण भैसकेको सडकका विभिन्न खण्डमा अनाधिकृत रूपमा सडक सिमा अतिक्रमण गरी घरटहरा निर्माण गर्ने, होडिङ्ग बोर्ड राख्ने, सडकमा सामाग्री थुपार्ने, सवारी साधन धुने-पखाल्ने, पार्किङ गर्ने, सडकको नाली पुरी बाटो बनाउने तथा नालीमा ढल मिसाउने एवं फोहरमैला फाल्नेजस्ता कार्यका कारण सडक संरचना, सवारी आवागमन तथा वरीपरिको वातावरणमा समेत प्रतिकूल असर पर्ने हुनाले उपरोक्त कुनै पनि क्रियाकलापहरू नगर्न नगराउन हुन सम्बन्धित सबैसँग यस डिभिजन सडक कार्यालय हार्दिक अनुरोध गर्दछ ।



डिभिजन प्रमुख

डिभिजन सडक कार्यालय

कटुञ्जे, भक्तपुर











